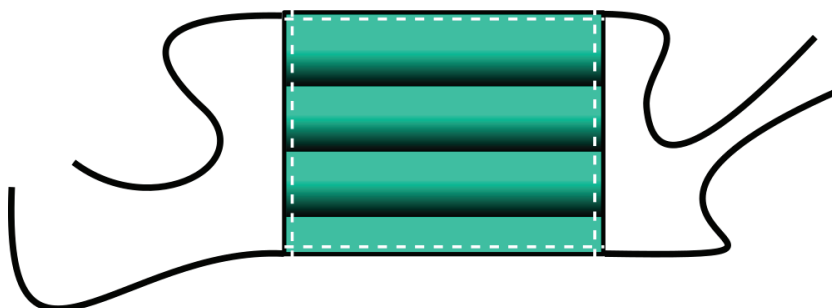


DESATERO NOŠENÍ A PÉČE O LÁTKOVÉ ROUŠKY



1. Na **damerousky.cz** a facebooku **Česko šije roušky** a **Sedmička šije roušky** se formuje nabídka látkových roušek.
2. Rouška chrání převážně okolí nositele.
3. Podomácku vyrobené roušky mají menší účinnost, ale jsou výrazně lepší než žádná ochrana obličeje.
4. Před nasazením (a po sundání) roušky použijte na ruce dezinfekci nebo si je umyjte mýdlem.
5. Rouškou si zakryjte nos a ústa a ujistěte se, že mezery mezi rouškou a obličejem jsou co nejmenší.
6. Během nošení se roušky nedotýkejte.
7. Roušku sundávejte vždy zezadu za tkaničky.
8. Jakmile je rouška vlhká, vyměňte ji za novou.
9. Látkovou roušku je možné používat opakovaně.
10. Po použití je ovšem **nutné ji vyvařit** (či vyprat v pračce na 90 °C) a vyžehlit z obou stran na maximální teplotu.